

Einladung zum Informations-Abend

Referentin: **Claudia Stocker**

Med. gepr. Ernährungsberaterin
Jin Shin Jyutsu / Personenzentrierte Beraterin GWG

2018

Wann: **Do. 11. Oktober 2018, 19:30 Uhr**

Wo: **Atelier apfelglück.ch**
Eingang hinter dem Haus
Hauptstrasse 1
5273 Oberhofen AG



Dauer: **ca. 1 Stunde**

Vorbeugen statt reparieren

- Die Grundlagen der Ernährung
- Nährstoffbedarf im Alltag und im Sport
- Wie beuge ich Zivilisationskrankheiten vor
- Vegane Omega 3/5/6/7/9 Variante und deren Wirkung
- Sinn und Unsinn von Nahrungsergänzungen
- Die Bedeutung des idealen Gewichts für unsere Gesundheit



Offener Gesprächsaustausch rund um die Gesundheit

Gastgeberin: **Rosmarie Müller**

Ernährungs- und Gesundheitsberatung / Kursleiterin

Bitte beachten Sie:

Platzzahl beschränkt! →→ **Ich freue mich auf Ihre Anmeldung.**

E-Mail: info@apfelglueck.ch oder SMS 079 441 86 08, Rosmarie Müller, 5273 Oberhofen

Eintritt frei